



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Schwendler, Rainer

□□: Kornhochheim

□□: 370

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 43:42

□□: 13.73 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 109)

□□□□□/□: 28 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 3(of 11)

□□□□□□□: 39:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	10:29	4:11	3	1:24	27	2:28	2.50	10:29	4:11	2	0:46	58		
Runde	2.50	10:51	4:20	3	1:08	26	2:37	5.00	21:20	4:15	2	1:24	54		
Runde	2.50	11:13	4:29	3	0:46	28	2:50	7.50	32:33	4:20	2	2:03	56		
Ziel	2.50	11:09	4:27	4	0:43	36	3:17	10.00	43:42	4:22	3	3:49	28	11:12	